

日本精神病医院发展的新理念

于金玲 王祖承 冯永林 徐巧萍

[关键词] 日本;精神病;精神病医院;康复

中图分类号:R197.5 文献标识码:A 文章编号:1006-9771(2005)12-1053-02

[本文著录格式] 于金玲,王祖承,冯永林,等.日本精神病医院发展的新理念[J].中国康复理论与实践,2005,11(12):1053-1054.

在对精神障碍患者的治疗中,日本目前提倡施行包括患者、医务人员、环境设施及文化在内的综合治疗。这种治疗方式包括了患者与治疗者之间的相互信赖、院容、院貌和院长的个性等多方面的内容,具体操作中既有内容广泛的康复治疗,又有个性化的文化活动和独特的纪念活动,为医院的治疗运作增添了活力,同时也加强了与社区间的联动,促进了医院与社区间的相互理解和信任。现将日本各地区精神病医院的医疗特色和医院文化介绍如下,供同道们参考。

1 进一步改善医院环境

随着时代的进步和患者受教育程度的提高,很多患者对精神疾病的认识也在不断更新,但仍对自己的未来感到悲观。为了逐渐改变这种观念,日本精神病医院从多方面着手,着重提高医院的内涵建设,注重改善病房的整体氛围,重视与患者的交流,让患者充分体会生存的快乐并对未来有美好的憧憬,具体做法有以下几点:

1.1 美化医院整体环境 首先保持病房清洁,尤其是厕所的卫生,使其发挥净化心灵的作用。在分配房间时,将兴趣相投的患者安排在一起,同时用绘画、照片、花卉等点缀房间,美化心灵。例如,樱丘医院正门用时鲜花卉建成花钟作为该院的象征,成为连接医院内外、使情绪、气氛和谐的纽带^[1]。又如根野川疗养院的医院主题是“共同奋斗”,既体现了医务人员、患者和家属一起对抗疾病的顽强姿态,又包含了“互相理解”、“互相支持”、“共同进步”、“竭诚服务”的美好愿望^[2]。

作者单位:1. 210064 上海市,上海市普陀区精神卫生中心(于金玲、冯永林、徐巧萍);2. 200000 上海市,上海市精神卫生中心(王祖承)。作者简介:于金玲(1975-),女,满族,辽宁锦州市人,主治医师,主要研究方向:老年精神医学。

1.2 充分体现领导艺术 医院领导的个性和态度会影响医务人员的工作积极性,日本的精神病医院院长非常重视这个问题,尽量聘请能够改善人际关系的人员担任部门的领导,以活跃医院的气氛,同时,要求医疗部门的科主任、护士长等管理人员充分发挥自己的才能,团结同事,共同奋斗^[1]。医院领导经常组织职工在工作之余参加各种体育活动、旅行、晚会等,在丰富职工业余生活的同时,也增进了职工之间的友谊,进一步促进了医院工作的开展。

1.3 促进患者和医务人员的沟通 在医疗活动中,医务人员不只是支配和管理患者,他们努力为患者康复创造各种有利条件。例如,积极推行作业和娱乐疗法;参与患者的活动;增强患者的自信心;促进患者早日康复并回归社区^[1]。其次,尊重患者的人权,保护患者的隐私,增进患者对医务人员的信任^[1],并强调使用礼貌用语,保持良好的人际关系。

2 在院内推广多样化的康复治疗活动

2.1 积极推行作业疗法和娱乐疗法^[3,4]

2.1.1 作业疗法:①园艺作业:包括花卉、蔬菜的种植和收获;②训练:包括烹调培训,训练患者自己做饭,培养独立生活的能力;举办知识讲座,为患者讲解疾病发作和治疗的基本知识,让患者自由地生活;将流动小卖部开进病房,让患者自己用钱购买所需要的物品,锻炼患者的购物交际能力,以便将来能自主地生活;组织患者学习电脑基本知识和操作,通过互联网加强与外界的交流;③体育运动:包括室内的滑行装置、太空摩托车、乒乓球和室外进行的高尔夫球、跑步等项目,以消除因长期服用抗精神病药物所致的体重增加。通过上述一系列运动既活跃了患者的思维,又锻炼了身体,有利于患者的身心健康。

2.1.2 娱乐疗法 娱乐疗法的内容主要有观看影视录像、唱歌、欣赏音乐、跳舞、学习书法、拼纸画、手工制作等。通过这些

趣味活动,既让患者感受到家庭的温馨,也陶冶了情操^[3]。

2.2 举办大型娱乐庆祝活动 日本的精神病院不定期地邀请专业或业余演员到医院举办音乐会或演唱会。例如在根野川疗养院,每年 11 月举行庆祝活动,有舞蹈、民谣、太极拳、合唱等,并邀请当地市长、学生和患者家属参加,人数有 700 人左右。活动的目的是让居民重新认识精神病医院和患者,减少偏见,使精神病的治疗真正走向社会^[2]。

2.3 开展动物疗法^[5] 众所周知,动物隐藏着治愈人类心灵的力量。为此,动物疗法在日本的精神病院中得到了良好发展。动物疗法的适应对象主要是病情已趋稳定的“抑郁症”和“精神分裂症”患者;治疗作用是改善患者的情绪,促进与他人的交流;方法是由医务人员和带着动物的志愿者共同指导患者与动物亲密接触,着重记录患者参加治疗前后及当时的反应。动物疗法作为精神病的一种辅助治疗方法,对患者的康复发挥了重要的作用。

2.4 举办家属座谈会^[4] 向家属开放病房,请家属与医务人员、患者进行坦诚的交流,尽量得到家属的理解、信任和支持。

3 在医院外开设各种康复回归设施

3.1 在医务人员参与管理下建立福利疗养所、福利工厂和社区生活中心^[3,6] 主要为患者提供生活和训练的必需设施,使不同性质医院的患者能够互相交流,在医务人员参与管理下,及时发现患者的病情变化,返回医院治疗。

3.2 举办娱乐活动 组织患者参加社区中的娱乐庆祝活动,如参观、插花、采摘水果和各种庆祝活动等。如山形县佐藤医院的纳凉晚会在每年 8 月的第 1 个星期六举行,参加人员有医务人员、患者和家属,同时邀请家属会、戒酒会、医院赞助商、志愿者等参加^[7],主要内容有:①舞台表演:有歌曲、舞蹈、演奏等;②搭建各种小商品售货摊位。再如山形县政府举办的“精神卫生纪念日”^[7],该活动主要包括:①作品展示:在居民经常出入的地方,如市政府、旅馆、邮局、银行等的信息室搭建临时展示馆,将各医院患者的作品每 3~4 d 循环展示 1 次,免费入场,每个会场每天约有四、五百人访问,同时将精神疾病的医疗知识作成展示板供大家阅读,并向居民赠阅各种小册子;②讲演会:主要讲解和精神医学相关的内容,通常也有二、三百人参加。通过上述这些活动,逐渐消除居民对精神疾病的偏见,为社会接纳患者打下良好的基础。

4 消除偏见,从小做起

孩子是社会的未来,他们是消除偏见的关键力量。日本的儿童从小就接受精神疾病常识的教育,他们可以和精神疾病患者无拘无束地交往,因此,无论是自身还是他人,一旦发病都不会引起惊奇。日本的这种教育具体从两方面着手。一是让学生接触患者,形式多种多样,有的如前所述邀请学生参加娱乐活动;有的将精神病医院作为校外学习场所,让学生走进病房,把各种手工制品作为礼物带给患者,没有丝毫精神负担,和患者共同做游戏,无忧无虑地度过快乐时光^[6];有的医院组织学生和患者去露营,同吃同住,和睦相处^[8];有的医院举办运动会,学生们参加某项比赛时可在病房内留宿一夜,自然地接触患者^[8];还有的在精神病医院内建造疗养所、托儿所、儿童乐园等设施吸引学生们加入,使其自然地融入其中^[4,8]。二是让学生了解精神病知识。偏见是因为不了解或用片面的知识解释

而产生的,所以消除偏见就需要亲自去了解。根野川疗养所在这方面做得非常出色,他们广纳学生来院实习,包括护士、作业疗法士、精神保健员、急救队员、医药代表等^[2]。作为精神病专科医院,根据自己的实际情况采取适当措施让世人了解自己,本身就是一种从束缚中解脱自身的过程。

5 重视信息交流

在日本,各个医院都发行宣传杂志,如高知精华园创刊的《精华·乐土》^[4];富士温泉医院发行的《文艺四季》、《和睦报纸》等^[9],这些刊物主要刊载各行业的情况和外界新闻,以及患者和医务人员的作品,对指导患者生活、平稳情绪发挥了重要作用,深受患者喜爱。精神病院发行自己的宣传杂志既丰富了院内文化,又使各个医院之间互通有无,共同发展。此外,富士温泉医院在互联网上建有自己的网页,加强了同外部的联系,强化了内涵建设。

6 制作精神卫生保健录像^[10]

为了消除偏见,2001 年文部科学省和厚生劳动省决定与日精协联合制作精神保健录像。目前已制作两部,一部是向居民简要地介绍精神病医疗,标题是“治愈的摇篮—精神病医疗—跨越偏见”;另外一部用于医务人员研修,标题是“今日的精神病医疗—克服心灵的疾病”。这两部录像是既生动又有教育意义的好片子,日精协下属的全国公立精神科、大学附属医院、保健所、中小学这样的教育机构都无偿配置,希望将偏见消除在萌芽期,同时也希望精神病医疗有跨越性的发展。

综合日本精神病医院发展的现状,我们有必要重新审视自己,虽然我国院内康复治疗正在蓬勃发展中,但院外康复设施及娱乐活动较少,而且发展不平衡,未形成医院医疗与社区康复的实质性联动;不重视“消除偏见,从小做起”,对精神疾病的忌讳“根深蒂固”;医院的信息交流工作尚在起步阶段,未得到广泛推广;面向大众的有关精神卫生内容的保健录像还较少;……。总之,目前我国的精神病医疗和精神卫生保健工作尚在较低的阶段中运行,因此建设“现代化精神病医院”,促进精神病医疗进入社区,是今后我国精神医学发展需要重视的课题。

[参考文献]

- [1] 渡部光. 財団法人櫻ヶ丘病院における文化活動と地域へのアプローチ[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 15—20.
- [2] 長尾喜一郎. ねや川サナトリウムにおける地域交流活動[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 32—36.
- [3] 高城昭紀. 島原で頑)っています[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 49—54.
- [4] 清水博, 町田みどり. 精神科病院における文化活動と情報発信の实例[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 44—48.
- [5] 菅野庸. アニマル(アシステッド)・ラビ—[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 7—10.
- [6] 秋山一郎. 精神科病院における文化活動と情報発信[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 21—25.
- [7] 佐藤忠宏. 当院の地域との関わり—健康な地域街づくり活動を通して[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 11—14.
- [8] 富田信昭. 地区三代と医療 6 場の四半世紀[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 37—43.
- [9] 加藤隆司. ふじの温泉病院における文化活動と情報発信[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 26—31.
- [10] 深堀元文. 日精協精神保健啓発ビデオ制作にあたって[J]. 日本精神科病院協会雑誌, 2004, 23(2): 55—61.

(收稿日期: 2005-08-08)